

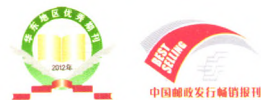
# 家庭用药

封面人物 肖涟波  
上海光华中西医结合医院院长

2014/5  
定价：8元

- 10 子宫肌瘤患者饮食宜忌
- 13 “发物”为何物
- 16 治疗老年高血压忌“急火猛攻”
- 21 就诊精神科，先问自己6个问题
- 22 “骨不连”怎么办
- 42 “美瞳”的选购与正确使用
- 50 观舌色，辨病证
- 52 女性下腹痛，哪些需手术
- 54 “调经”治不孕

本期策划——  
**话说忌口**



全国发行，邮发代号  
**4-682**  
咨询电话  
**4008-110-700**

ISSN 1009-6620



9 771009 662148



## 家庭用药 2014年第5期 总第155期

### 编辑部评论

- 1 医患矛盾激化面面观: 患者 王一飞

### 八面来风

- 4 热点话题

### 环球集萃

- 5 感染艾滋病病毒易引发心脏病  
5 阿司匹林或可延长部分结肠癌患者寿命  
5 衰老所致睡眠质量下降或“可逆”  
5 独居的黑色素瘤男性患者存活率相对较低

### 本期策划一话说忌口

- 7 饮食不节百病生 唐志鹏 郭倩  
8 高血压患者当心“藏盐大户” 伍佩英  
9 血脂紊乱, 就得跟肉说“拜拜”吗 伍佩英  
10 子宫肌瘤患者饮食宜忌 金富锐  
11 尿酸高, 还能吃肉汤吗 杜慧真  
12 得了甲亢还能吃碘盐吗 陆颖理  
13 “发物”为何物 周端 魏易洪

### 名家专访

- 14 建设中国一流的关节病专科医院  
——访上海光华中西医结合医院肖涟波 魏芳

### 心脑血管之友

- 16 治疗老年高血压忌“急火猛攻” 徐济民

### 抗癌知识

- 18 饭后一支烟, 难做活神仙 成文武  
19 乙肝患者肝癌术后还要继续“抗病毒” 缪晓辉  
20 “转移性骨肿瘤”早治早得益 郭跃武

### 心灵驿站

- 21 就诊精神科, 先问自己6个问题 吴海芬

### 骨关节疾病

- 22 “骨不连”怎么办 韩培

### 科室风采

- 24 良医助病愈, 细节暖人心  
——记上海交通大学医学院附属仁济医院乳腺外科 黄慧

### 养生有道

- 26 “上床萝卜下床姜”有道理吗 钱静庄  
27 知“足”常乐  
——细数足底按摩常见的三大误区 崔玉艳 屈留新  
28 漫话山楂 傅维康  
29 化滞止泻用花红 徐传宏

### 神奇本草

- 30 枸杞明目亦治阴虚口苦 孟景春  
31 刮骨疗毒: 亦毒亦药话乌头 李定国

### 药物故事

- 32 话说“治疗性疫苗” 侍茹

### 用药良言

- 35 治早泄, 试试叶酸 何家扬

### 药品安全百事通

- 36 “吃药防病”可行吗 王忠壮  
38 抗菌药, 用对才管用  
40 关注医疗器械“五整治”行动  
41 畅通投诉举报渠道 积极回应市民  
42 “美瞳”的选购与正确使用  
43 曝光10家违法发布虚假医疗器械信息网站  
43 不能用热水送服的药物 羽羊

### 药博士信箱

- 44 阴茎硬结症是什么病 姚德鸿  
44 糖尿病合并多种疾病怎么用药 王仁忠  
45 流口水怎么办 药博士  
45 手麻站不稳是中风前兆吗 药博士  
46 胆结石手术后还要吃利胆药吗 陈敏  
46 茶多酚为何能祛除老年斑 张丹

### 家庭医生园地

- 47 长期卧床, 谨防肺部感染 郑洋 周剑平

### 我的用药经验

- 48 健康还要靠“自我” 高凤南

### 运动与健康

- 49 怀孕了, 不动怎么办 孙丽洲 黄诗韵

### 防病治病

- 50 观舌色, 辨病证 朱抗美  
52 女性下腹痛, 哪些需手术 夏贤 朱瑾  
54 “调经”治不孕 黄素英  
56 防治帕金森, 症状早知道 胡小吾  
57 慢性浅表性胃炎, 大多不用“治” 白杨  
58 听觉也会过敏吗 江德胜  
59 猝死型胰腺炎有诱因 李雯妮 刘建平  
60 乙肝患者: 药不能擅自停 李军 宫丹丹  
61 皮质醇增多症妇女能怀孕吗 李青  
64 春季谨防手足口病“来袭” 郭玉明  
65 咽喉疼痛, 还是得当回事儿 杨洲  
66 虚惊一场的“腰椎间盘突出” 陈元川

# 家庭用药



封面专家 肖涟波 主任医师  
封面摄影 蝶兰摄影

- 67 揭秘种植牙的结构 王 艺
- 68 中西医结合, 平稳降压 桂明泰 符德玉
- 69 多靶点治疗阿尔茨海默病 李文伟
- 70 心悸、气短, 是心脏病吗 张建元
- 71 心肌炎伴心律失常, 合理用药很关键 沈 琳
- 72 长斑毁面子, 更毁身体 蔡东联
- 73 季节过敏性皮炎, 预防与修复并重 吴彦青
- 74 盲目排毒, 不如科学解毒 李晓锋
- 76 阴阳调和, 正气乃固 张玉珍 郑 璇
- 77 如何保持大脑年轻 戴晓艳

## 我快乐我健康

- 79 漫画 王晓东

## 读来编往

- 80 读者来信 曹蓓珍 沈信武 王 吉

## 信息快递

- 17 上海市肿瘤医院开设全国首个“术前评估门诊” 倪洪珍
- 17 院士抗癌新视点: 消灭与改造并举 宏 瑞
- 23 上海在国内率先建立脑卒中预防与救治三级网络 陈 文
- 29 全国首例磁共振引导超声聚焦治疗子宫肌瘤 金 平
- 35 第七届中日 ESD 高峰论坛在沪举行 魏 芳
- 53 中国针灸学会针灸传承基地在上海岳阳医院成立 沈 莉
- 58 第二军医大学帕金森病专病诊治中心成立 新 文

## 编辑部消息

- 55 下期要目

## 家庭用药

JIATING YONGYAO

(2001年创刊, 月刊)

刊名题写: 路甬祥  
(全国人大副委员长, 中国科学院院士、  
中国工程院院士)

主管单位: 中国科学院  
主办单位: 中国科学院上海药物研究所  
上海市药理学学会

出版单位: 《家庭用药》编辑部  
总 顾 问: 丁光生 王一飞 张文康  
名誉总编辑: 陈凯先 苏定冯  
总 编 辑: 冯林音  
执行副总编辑: 黄慧飞  
副总编辑: 侍 茹

### 编辑部

编辑部主任: 魏 芳  
编 辑: 林祎雯 黄 慧 毛小园  
本期责任编辑: 姚咪咪  
本期审读专家: 邓伟吾  
本期审校专家: 王忠壮 邵传玺  
编辑部电话: 021-54922861

### 设计部

美术总监: 王 翔  
美术编辑: 王怡亮 陈 翔

### 项目部

项目总监: 宋国平  
项目经理: 林 玲 胡思晔  
项目部电话: 021-54922864

### 发行部

发行总监: 彭 建  
发行经理: 周向明  
发行部电话: 021-54920751、54920752

### 广告部

广告总监: 刘金锋  
广告部电话: 021-54922851、54920751

发行范围: 公开  
国内发行: 上海市报刊发行局  
国外发行: 中国国际图书贸易总公司  
(北京399信箱)

国外发行代号: M3422  
国际标准连续出版物号: ISSN 1009-6620  
国内统一连续出版物号: CN 31-1845/R  
国内邮发代号: 4-682  
国内订阅: 全国各地邮局  
国内零售: 全国各地邮局报刊门市部和其他书报亭  
国内邮购: 《家庭用药》编辑部  
出版日期: 每月8号  
国内单价: 人民币8.00元

通讯地址: 中国上海市太原路294号  
邮 编: 200031  
传 真: 021-54922852  
E-mail: jtyy@mail.shcnc.ac.cn  
网 址: www.shjty.com  
新浪微博: weibo.com/shjtyy

法律顾问: 程跃华律师 广东慧华律师事务所  
广告经营许可证: 3100420050053  
印 刷: 上海铁路印刷有限公司

## 声明

- 1.《家庭用药》编辑部有权对所有投稿之文章字句作技术性删改, 但本刊刊登文章并不必然代表编辑部的观点, 文责由作者自负。
- 2.稿件从发表之日起, 其专有出版权和网络传播权即授予本刊。同时许可本刊转授第三方使用。
- 3.来稿一经刊载, 即按规定一次性支付稿酬。该稿酬已包括该文今后收录在本刊合订本、增刊、精华本、本刊网站以及入编数据库的稿酬。如刊登三个月后未收到稿酬, 请与编辑部联系。
- 4.《家庭用药》杂志和《家庭用药》网站上刊载的所有文章, 在事先未经本刊编辑部和本刊作者的书面同意前, 任何单位和个人不得在各种传媒上(包括但不限于互联网、报纸、杂志、图书、音像制品、广播、电视等)进行任何形式的使用或传播(包括但不限于转载、摘编、翻译或结集出版等。)

## 《家庭用药》——上海市食品药品监督管理局 (SHFDA) 指定合作媒体

药物能治病, 也能“致病”。全世界死亡人数中, 约三成死于用药不当——世界卫生组织 (WHO) 公布的统计数据带给我们震撼的同时, 也敲响了警钟。提高民众的安全用药意识, 丰富安全用药知识, 迫在眉睫。

上海市食品药品监督管理局 (SHFDA) 与《家庭用药》杂志联合推出的“药品安全百事通”栏目, 冀望在政府职能部门与公众、专家学者与患者之间架起沟通的桥梁, 大力宣传普及合理用药的科学知识, 为保证公众用药安全做出应有的贡献!

## 《家庭用药》——上海市卫生局 (SMHB) 合作媒体

上海市卫生局与中国科学院上海药物研究所《家庭用药》杂志联合推出了“家庭医生园地”栏目, 将坚持为人民健康服务的方向, 整合各种科研与临床医学专家资源, 为基层医务人员提供科学、权威的资讯, 经验交流与共享的平台, 致力于培养一大批受社区居民欢迎和依赖的全科医学人才, 有效解决群众关心的“看病贵、看病难”问题!

## 《家庭用药》——上海市爱国卫生运动委员会合作媒体

## 《家庭用药》——上海市浦东新区科学技术协会指定合作媒体

## 《家庭用药》——上海国际马拉松赛合作媒体

《家庭用药》网络电子版全球销售总代理 龙源国际网 www.dragonsource.com www.qikan.com

杂志部分图片提供: 全景

双歧杆菌三联活菌胶囊/散

培菲康<sup>®</sup>

OTC

肠用常健康

标本兼顾腹泻、便秘、腹胀、消化不良



补充原籍菌 化解肠内毒素  
保护肠道健康



SPH 上海医药  
SHANGHAI PHARMA

信  
SINE  
誼

上海信谊医药有限公司

批准文号：国药准字S10950032 沪药广审(文)第2014040175号 请仔细阅读说明书并按说明使用或在药师指导下购买和使用。